

Psikoedukasi “Remaja MUDA” untuk Meningkatkan Asertivitas Anti-Seks Pranikah

Yenny Sandria Alexander¹ & Bhina Patria²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

Abstract. This study aimed to increase the understanding of sexuality at the age of puberty through "Remaja MUDA" psychoeducation to increase anti-premarital assertiveness. The module validation was conducted in two phases. First, the content validity was conducted through judgement from ten raters. The results of Aiken's *V* analysis showed score sbetween 0,8-0,975 which means that the module has good content validity. Second, the empirical tests to determine the effect of modules on anti-premarital sex assertiveness. This research was quasi-experimental research using an untreated control group design with pretest and posttest. The participants were 30 junior high school students (aged 13 to 14) in Yogyakarta. The results of independent samples t-test showed that anti-premarital sex assertiveness in the experimental group had a significant difference compared to control group ($t = -10.063$; $p < 0.05$). The results of the study indicated that the "Remaja MUDA" module can be used to increase anti-premarital sex assertiveness.

Keywords: anti-premarital sex; assertiveness; psychoeducation; remaja muda

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman seksualitas di usia pubertas melalui psikoedukasi “Remaja MUDA” guna meningkatkan asertivitas anti-seks pranikah. Validasi modul dilakukan dalam dua tahap. Pertama, uji validitas isi dilakukan melalui penilaian sepuluh orang *expert judgement*. Hasil analisis Aiken's *V* didapatkan skor antara 0,8 – 0,975 artinya, modul memiliki validitas isi yang baik. Kedua, uji empirik untuk mengetahui pengaruh modul terhadap asertivitas anti-seks pranikah. Tahap ini dilakukan dengan penelitian kuasi eksperimen menggunakan *untreated control group design with pretest and posttest samples*. Partisipan adalah 30 siswa SMP berusia 13-14 tahun di Yogyakarta yang dibagi menjadi 15 orang di kelompok eksperimen dan 15 orang di kelompok kontrol. Hasil analisis statistik menggunakan *independent samples t-test* menunjukkan bahwa asertivitas anti-seks pranikah di kelompok eksperimen memiliki perbedaan signifikan dengan kelompok kontrol ($t = -10,063$; $p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa modul “Remaja MUDA” dapat digunakan untuk meningkatkan asertivitas anti-seks pranikah remaja.

Kata kunci: anti-seks pranikah; asertivitas; psikoedukasi; remaja muda

Jumlah penduduk usia remaja yang terus mengalami peningkatan menentukan mampu atau tidaknya bangsa Indonesia menikmati bonus demografi pada tahun 2020-2030. Bonus demografi dapat dinikmati sepenuhnya dengan memper-

siapkan remaja untuk menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Karakter remaja yang berkualitas mampu mengantarkan remaja untuk berhasil ke masa dewasa serta berperan penting untuk masa depan Indonesia (Jalal, 2014).

Karakter yang berkualitas dapat terbentuk di masa remaja karena masa ini merupakan masa mencari identitas diri.

¹Korespondensi mengenai artikel ini dapat dilakukan melalui yenny.sandriaa@ugm.ac.id

²atau patria@ugm.ac.id

Dalam usahanya mencari identitas diri, remaja yang berada dalam masa *trial and error*, mulai mencari informasi mengenai identitas seksual karena dorongan yang dipengaruhi hormon ketika memasuki masa pubertas. Pubertas juga menandakan jika remaja sudah mulai aktif secara seksual karena memasuki masa subur (Gunarsa, 2004). Ironisnya remaja yang sudah aktif secara seksual dan melaporkan pengalaman pelecehan seksual serta melaporkan telah melakukan hubungan seksual semakin meningkat (Kaltiala-Heino, Savioja, Fröjd, & Marttunen, 2018). Mendukung hal tersebut, pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI menyatakan terjadi peningkatan persentase perilaku seksual pranikah remaja di tahun 2012 jika dibandingkan pada tahun 2007. Hasil survei ini menyimpulkan bahwa remaja kurang memahami keterampilan hidup sehat sehingga tidak mengetahui risiko hubungan seksual dan kurang memiliki kemampuan untuk menolak hubungan yang tidak mereka inginkan (Kementerian Kesehatan, 2014).

Hasil penelitian Ghani, Abdullah, Akil, dan Nordin (2014) menyatakan bertambahnya jumlah remaja yang terlibat dalam seks pranikah berhubungan dengan strategi *coping* dan nilai-nilai moral di kalangan remaja yang terlibat dalam seks pranikah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri dan orang tua mereka harus menerima pendidikan seks sebagai langkah awal untuk mencegah seks pranikah dan penyakit yang berkaitan dengannya. Remaja perlu mengembangkan penghargaan diri dan harga diri yang positif serta strategi mengatasi seks pranikah dengan meningkatkan asertivitas.

Asertivitas adalah kemampuan seseorang untuk mengkomunikasikan keinginan, perasaan, dan pikiran serta

batasan mereka kepada orang lain secara tegas, jujur, dan terbuka dengan menghormati hak diri sendiri dan hak orang lain. Perilaku ini tidak muncul dengan sendirinya, melainkan berkembang dalam proses belajar yang panjang sebagai hasil pengalaman selama rentang kehidupan individu (Burley-Allen, 1983; Rathus & Nevid, 2010; Townend, 2007). Oleh karena itu setiap orang dapat mengembangkan asertivitas yang dimiliki melalui prosedur pelatihan yang sistematis.

Asertivitas didefinisikan sebagai ketegasan dalam mengkomunikasikan perasaan dan kebutuhan yang disertai dengan sikap menghormati hak orang lain (Information and Education Council of the United States (SIECUS), 2004). Senada dengan itu, Townend (1991) menjelaskan bahwa asertivitas merupakan kepercayaan diri untuk mengekspresikan diri dengan jelas karena memiliki sikap positif terhadap diri sendiri dan orang lain. Sikap positif ini mendorong seseorang untuk jujur dan menghormati hak diri sendiri dan orang lain. Lebih lanjut Christoff dan Kelly (1985) menambahkan bahwa asertivitas adalah kemampuan mengekspresikan dengan sopan dan tepat mengenai hal yang disukainya pada orang lain tetapi juga tegas mengatakan "tidak" terhadap permintaan tidak masuk akal orang lain.

Perilaku asertif tidak dapat dipisahkan dari kehidupan seseorang yang menginginkan pribadi sehat yang positif, tidak cemas dalam bergaul dengan orang lain dan mencapai tujuan-tujuan yang diinginkannya. Menurut Alberti dan Emmons (2008), perilaku asertif dapat menambah perasaan sehat dan memungkinkan seseorang untuk mendapat penghargaan sosial serta memperoleh kepuasan hidup yang lebih besar.

Perilaku asertif dapat menimbulkan adanya harga diri yang tinggi dan hubungan interpersonal yang memuaskan (Agbakwuru & Stella, 2012). Orang asertif mampu menyatakan perasaannya dengan tulus, berani membela haknya, dan lebih mudah dalam penyesuaian sosialnya (Burley-Allen, 1983; Vatankhah, Daryabari, Ghadami, & Naderifar, 2013). Kemampuan bersikap asertif memungkinkan seseorang untuk mengemukakan apa yang diinginkannya secara langsung dan jelas, dimana hal tersebut akan memberikan perasaan yang menyenangkan tentang diri sendiri dan akan membuat orang lain memberi penilaian baik (Alberti & Emmons, 2008). Menurut Bloom (1985), individu yang asertif dapat mengenali diri sendiri dengan baik sehingga mampu menentukan tujuan hidupnya tanpa harus diarahkan oleh orang lain.

Program Psikoedukasi “Remaja MUDA” dirancang untuk meningkatkan asertivitas anti-seks pranikah. Program ini menggunakan metode transfer pengetahuan yang disusun menggunakan prinsip pembelajaran observasional (*observational learning*). Hal ini mengacu pada teori sosial kognitif Bandura yaitu meskipun perilaku manusia dipandang sebagai produk dari lingkungan sekitarnya, manusia sebenarnya dapat menentukan sikapnya dan berkontribusi secara aktif dalam menentukan motivasi, perilaku dan perkembangan dirinya (Bandura, 1977). Inti dari pembelajaran observasional adalah *modelling* (Feist & Feist, 2007), pengaruh *modelling* terjadi melalui fungsi informatifnya. Dalam *observational learning*, menyediakan sebuah model pemikiran dan tindakan merupakan cara yang paling efektif untuk membentuk informasi yang berguna untuk terciptanya perilaku baru yang dilakukan melalui empat tahap, yaitu atensi, retensi, produksi dan motivasi (Bandura, 1986).

Program ini merujuk pada penelitian yang dilakukan Goldman & Collier-harris (2012); Kirby, Laris, & Rollerli (2007); *The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO) (2018), yaitu program-program berbasis sekolah yang diimplementasikan secara profesional untuk setiap kelompok usia dan relevan terkait pubertas, seksualitas, dan pendidikan kesehatan dan keselamatan reproduksi, mampu menambah pengetahuan dan pemahaman tentang fisiologi individu dan hubungan sosial, menjelaskan dan mengklarifikasi perasaan, nilai dan sikap, mengembangkan atau memperkuat keterampilan meningkatkan kehidupan, membantu menunda timbulnya aktivitas seksual, dan mempromosikan serta mampu mengurangi intensi perilaku berisiko (Kirby, Laris, & Rollerli, 2006; Kirby *et al.*, 2007; Mueller, Gavin, & Kulkarni, 2008).

Berdasarkan tinjauan pustaka dan landasan teori diatas menunjukkan bahwa intervensi psikoedukasi pendidikan seksualitas dengan metode *observational learning* bisa meningkatkan asertivitas anti-seks pranikah remaja. Oleh karena itu, hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini yaitu ada perbedaan tingkat asertivitas anti-seks pranikah antara remaja SMP yang mendapat psikoedukasi “Remaja MUDA” dengan yang tidak mendapat perlakuan. Kelompok remaja yang mendapat perlakuan menunjukkan skor asertivitas anti-seks pranikah yang lebih tinggi dibandingkan kelompok yang tidak mendapat perlakuan.

Metode

Identifikasi variabel penelitian

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah asertivitas anti-seks pranikah. Asertivitas anti-seks pranikah diharapkan menjadi hasil dari pemahaman tentang

seksualitas di masa pubertas remaja. Asertivitas dalam penelitian ini dioperasionalkan sebagai skor total skala asertivitas yang diukur saat pretest dan posttest. Asertivitas anti-seks pranikah yang dimaksud peneliti adalah tentang memiliki kepercayaan diri, bersikap positif pada diri sendiri dan orang lain dengan cara berkata terbuka, spontan, dan jujur yang terdiri atas: a) kemampuan mengawali, melanjutkan, dan mengakhiri suatu pembicaraan dengan sukses; b) kemampuan mengatakan “tidak” terhadap seks pranikah; c) kemampuan meminta pertolongan ketika dorongan seksual muncul; d) kemampuan menyatakan perasaan, baik perasaan yang menyenangkan maupun yang kurang menyenangkan.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah program psikoedukasi “Remaja MUDA”. Remaja MUDA merupakan akronim dari “Remaja Memahami Usia Diri dengan Asertif”. Program “Remaja MUDA” dioperasionalkan untuk meningkatkan asertivitas anti-seks pranikah melalui transfer pengetahuan dengan menggunakan prinsip pembelajaran observasional (*observational learning*) melalui empat tahap, yaitu atensi, retensi, produksi dan motivasi (Bandura, 1986). Inti dari pembelajaran observasional adalah *modelling* (Feist & Feist, 2007). Psikoedukasi “Remaja MUDA” dirancang dalam 5 sesi yang dilakukan selama satu hari dengan materi-materi yang disusun berdasarkan panduan yang dibuat oleh UNESCO (2009) dan Townend (1991; 2007). Kelima sesi kegiatan terdiri atas: 1) sesi pembukaan, 2) sesi pendidikan seks dan perkembangan remaja, 3) sesi pubertas dan seks pranikah remaja, 4) sesi remaja berkualitas, dan 5) sesi penutup. Kegiatan psikoedukasi berlangsung selama kurang lebih 5 jam.

Penelitian ini akan mengukur asertivitas anti-seks pranikah sebagai

variabel dependen melalui program psikoedukasi “Remaja MUDA” sebagai variabel independen. Penelitian ini merupakan eksperimen kuasi dengan *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples* (Shadis, Cook, & Campbell, 2002). Pengukuran dilakukan dengan memberikan *pretest* dan *posttest* terhadap kelompok eksperimen (KE) dan kelompok kontrol (KK) menggunakan instrumen yang sama.

Subjek penelitian

Penentuan partisipan diawali dengan melakukan skrining kepada 221 orang siswa kelas VIII di sebuah SMP di Yogyakarta. Melalui hasil skrining diperoleh 33 orang siswa yang sesuai dengan karakteristik peneliti, yaitu: 1) berusia 13 – 15 tahun, dan 2) sedang berpacaran. Namun, pada pelaksanaan akhirnya hanya 30 orang yang bisa mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir sesi.

Partisipan penelitian dibagi menjadi dua kelompok dengan metode *non random assignment*, yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Kelompok eksperimen terdiri dari 15 orang (7 laki-laki dan 8 perempuan). Sementara itu, kelompok kontrol juga terdiri atas 15 orang (5 laki-laki dan 10 perempuan).

Instrumen penelitian

Skala asertivitas anti-seks pranikah ini disusun dengan cara memodifikasi skala asertivitas dari Hijrianti (2016). Modifikasi dilakukan peneliti dengan mengubah sebatas kata-katanya yang disesuaikan dengan konteks seks pranikah, kemudian peneliti menambah 16 aitem sehingga total ada 48 aitem untuk keperluan uji coba skala. Indeks daya beda aitem berkisar 0,302-0,831 dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,917. Hal ini menunjukkan bahwa skala ini reliabel dalam mengukur asertivitas anti-seks pranikah. Skala

asertivitas anti-seks pranikah ini terdiri dari 35 aitem sah setelah melalui proses validitas isi menggunakan rumus Aiken's V pada 25 orang *rater* dan uji coba skala pada 47 siswa SMP.

Skala pemahaman disusun dengan tujuan sebagai cek manipulasi untuk mengetahui ada tidaknya perubahan pemahaman peserta tentang seksual dan digunakan untuk memastikan apakah materi yang disampaikan dalam pelatihan sudah dipahami oleh peserta atau tidak. Cek manipulasi ini diberikan sebelum dan sesudah pelatihan berlangsung.

Pernyataan dalam tes pemahaman disesuaikan tema-tema yang terkandung dalam modul psikoedukasi "Remaja MUDA". Tes disusun oleh peneliti dengan melakukan adaptasi terhadap tes pengetahuan kesehatan reproduksi yang dirancang oleh Wijayanti (2013). Tes pengetahuan kesehatan reproduksi terdiri dari 40 pernyataan dengan aspek-aspek: 1) pendidikan seks, 2) tahapan perkembangan remaja, 3) pubertas, 4) seks pranikah remaja. Skoring tes pemahaman tentang seksualitas disajikan dengan format benar (B) dan salah (S).

Selain menggunakan instrumen-instrumen pengukuran yang disebutkan, peneliti melakukan pengambilan data kualitatif dalam bentuk *reflection memo*. Catatan tersebut berisi refleksi peserta mengenai pengetahuan yang didapatkan dalam pelatihan sekaligus.

Analisis data

Data yang dikumpulkan selanjutnya dianalisis menggunakan analisis statistik parametrik yaitu *independent sample t-test* untuk membandingkan rata-rata *gain score* antara partisipan dari dua kelompok yang berbeda.

Hasil

Penilaian yang dilakukan 10 *expert judgement* menggunakan rumus Aiken's V

(Aiken, 1985) menghasilkan koefisien validitas 0,8 – 0,975, nilai tersebut menunjukkan bahwa semua sesi dalam modul pelatihan "Remaja MUDA" memiliki validitas isi yang baik dan dapat digunakan.

Sebelum melakukan uji hipotesis, peneliti melakukan cek manipulasi menggunakan skala pemahaman seksual yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh perlakuan yang diberikan terhadap pemahaman partisipan. Hasil analisis pada kelompok eksperimen $t = -2,877$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor subjek kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mendapatkan pelatihan "Remaja MUDA". Hasil pada kelompok kontrol $t = -1,456$ ($p > 0,05$) menunjukkan meskipun terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok kontrol, tetapi perlakuan tersebut tidak signifikan untuk meningkatkan pemahaman partisipan kelompok kontrol. Sebelum melakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi untuk melihat normalitas dan homogenitas data. Uji normalitas menggunakan Shapiro Wilk menunjukkan bahwa distribusi data partisipan yang terlibat dalam penelitian ini sesuai dengan populasi yang berdistribusi normal. Sedangkan uji homogenitas menggunakan metode Levene's *test* (Field, 2005) menunjukkan tidak terdapat kesamaan varians antar kelompok atau varian tidak homogen dengan statistik Levene 5,859 ($p < 0,05$). Setelah uji asumsi dilakukan, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis.

Uji hipotesis menggunakan analisis *independent sample t-test*, menunjukkan nilai $t = -10,063$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Skor perolehan kelompok eksperimen ($M = 42,38$, $SD = 15,570$) lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol ($M = -3,00$, $SD = 7,435$).

Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan asertivitas anti-seks pranikah yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah diberikan perlakuan melalui modul "Remaja MUDA".

Diskusi

Russell (dalam Ahmad, Amat, Yahaya, Yusof, & Alias, 2011; Eliana & Zuki, 2014) menyatakan bahwa modul dikatakan baik apabila mampu memberikan pengaruh positif terhadap partisipan yang menjadi sasaran modul. Hasil uji coba modul menunjukkan adanya perbedaan pemahaman dan asertivitas anti-seks pranikah yang signifikan pada kondisi sebelum dan sesudah pelatihan "Remaja MUDA" dilakukan. Kelompok siswa (KE) yang mengikuti pelatihan mengalami peningkatan skor pemahaman seksualitas dan asertivitas anti-seks pranikah setelah pelatihan selesai. Temuan ini menjadi penting karena mengindikasikan bahwa program "Remaja MUDA" yang disusun berdasarkan teori sosial kognitif Bandura (Bandura, 1977, 1986) terbukti dapat meningkatkan proses pembentukan perilaku melalui observasi atau peniruan (*modelling*). Hasil ini sekaligus mendukung hasil studi literatur bahwa *social cognitive theory* merupakan landasan umum yang digunakan dalam menyusun program pendidikan kesehatan reproduksi-seksual (Kirby *et al.*, 2006, 2007).

Peningkatan pemahaman yang sangat signifikan pada kelompok eksperimen sebagai dampak dari program "Remaja MUDA", sesuai dengan hasil penelitian SIECUS (2004) dan Goldman (2003) anak-anak usia sekolah sangat mampu memahami dan bernalar tentang hubungan, seksualitas, dan pengetahuan reproduksi yang diberikan secara berurutan, berdasarkan bukti dan berdasarkan proses pembelajaran

sebelumnya. Hal ini didukung oleh pernyataan Haberland & Rogow (2015) bahwa pendidikan seksual yang tepat waktu dan komprehensif kepada remaja muda usia 12-15 tahun dapat membantu remaja mengembangkan tingkat kognitif yang lebih tinggi dan proses berpikir reflektif untuk memperoleh pengetahuan yang mendalam. *World Health Organization* (2014) menyatakan bahwa peningkatan pemahaman seksual merupakan investasi seumur hidup yang memberikan efek positif terhadap perilaku dan gaya hidup selama perjalanan hidup remaja. Pada sesi ini peserta menyatakan bahwa mereka ingin lebih memperhatikan masa remaja, ingin lebih bisa menjaga diri sehingga mereka memerlukan tambahan edukasi untuk memahami tentang pendidikan seksual. Di akhir sesi, para peserta menyatakan bahwa mereka senang karena bisa lebih mengerti tentang seksual, mendapat tambahan edukasi dalam menjelaskan masa-masa pubertas, mengetahui tentang seksual pra nikah dan mengetahui bagaimana menjadi remaja berkualitas.

Berdasarkan hasil perhitungan uji parametrik menggunakan *independent t-test*, dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi "Remaja MUDA" secara signifikan dapat meningkatkan asertivitas anti-seks pranikah. Hasil ini dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Pertama, ditinjau dari desain pembelajaran meliputi tujuan pembelajaran, relevansi konten, instruksi, metode, media untuk melihat sejauh mana transfer program pelatihan dapat diaplikasikan dan disesuaikan dengan kebutuhan peserta (Afiatin, Sonjaya, & Pertiwi, 2013). Proses pembelajaran menggunakan prinsip *observational learning* yaitu proses pembentukan perilaku melalui observasi atau peniruan (*modelling*) (Bandura, 1986; Feist & Feist, 2007). Bandura menyatakan manusia

dapat belajar dari pengalaman langsung, namun lebih banyak yang mereka pelajari dari aktivitas mengamati perilaku orang lain. Pada proses kegiatan pelatihan, peserta kelompok eksperimen melakukan pengamatan (observasi) dalam proses penyerapan informasi yang kemudian dijadikan pengetahuan yang bermakna yang disimpan dalam ranah kognitif. Hal ini selaras dengan hasil skor pemahaman posttest pada kelompok eksperimen meningkat dari skor *pretest* hal ini karena kelompok eksperimen mampu menyerap informasi dalam proses observasi dan informasi tersebut bertahan menjadi pengetahuan yang bermakna dalam ranah kognitif. Dalam *observational learning*, belajar melalui pemodelan tidak hanya meniru tetapi juga menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain yang menjadi model. Terciptanya perilaku baru dalam *observational learning* dilakukan melalui empat tahap, yaitu atensi, retensi, produksi dan motivasi (Bandura, 1986).

Peningkatan pemahaman tentang seksual ditandai dengan perubahan persepsi peserta mengenai "Pendidikan Seksual". Awalnya peserta mengatakan risih dan "jijik" ketika mendengar hal tersebut, namun setelah mengikuti pelatihan peserta menyatakan lebih memahami apa yang dimaksud tentang pendidikan seks serta tidak lagi merasa "jijik" ketika membahas tentang pendidikan seksual. Peserta kelompok eksperimen akhirnya mampu menjelaskan masa kesuburan pada laki-laki dan perempuan, sehingga merasa wajar jika mereka mengalami mimpi basah dan menstruasi. Perasaan "jijik" dan takut itu dibongkar dalam sesi pohon harapan dan kekhawatiran ini dengan cara mengubah persepsi tersebut menjadi persepsi yang positif yaitu materi tentang kesehatan reproduksi itu bukan sesuatu yang tabu namun materi edukasi yang harus diketahui oleh mereka agar memiliki

pemahaman yang benar dan mampu bersikap dengan baik dalam menjalankan perkembangan seksual mereka.

Bandura (1986), menyatakan bahwa sebuah konsekuensi atas sebuah perilaku dapat dipelajari dengan melakukan pengamatan di luar dirinya sehingga seseorang tidak hanya belajar dari pengalaman diri sendiri untuk mengetahui berbagai konsekuensi atas sebuah perilaku. Begitu pula mengenai asertivitas anti-seks pranikah yang diharapkan menjadi hasil dari pemahaman tentang seksualitas di masa pubertas remaja. Kehadiran fasilitator yang berpengalaman dan karakteristik peserta pelatihan yang saat ini sama-sama sedang berpacaran memberikan pengalaman dan wawasan yang kaya dalam proses pelatihan. Ketiga, persuasi verbal (*verbal persuasion*), penguatan yang diberikan oleh fasilitator dan peserta lain berupa pemberian umpan balik, saran maupun dorongan terhadap peserta ketika melakukan persentasi dalam proses pelatihan membantu meningkatkan sikap positif peserta terhadap diri mereka. Keempat adalah kondisi fisiologis dan afektif yang muncul sebagai akibat dari dinamika dalam proses pelatihan. Berdasarkan hasil evaluasi, peserta pelatihan menyatakan bahwa selama proses pelatihan mereka merasa mendapat pengetahuan mengenai seksualitas dan lebih mengetahui apa yang terjadi pada diri mereka di masa pubertas.

Selain prosedur pembelajaran, metode yang diberikan secara variatif juga mendukung keberhasilan program. Metode yang digunakan dalam pelatihan adalah metode ceramah, diskusi dan *roleplay*. Selama sesi dalam pelatihan, fasilitator mengajarkan cara menyampaikan materi dengan media yaitu poster dan kartu organ reproduksi manusia, tayangan (film) untuk mengenal masa pubertas. Fasilitator juga meminta

peserta untuk melakukan *roleplay* menyampaikan hasil diskusi dan juga menyampaikan pernyataan asertif. Selain itu, peserta juga melakukan *roleplay* menjadi remaja berkualitas yang mampu menyampaikan dan mengenal kelemahan dan kelebihan diri. Setiap selesai *roleplay* peserta mendapat *feedback* dari fasilitator mengenai apa yang di sampaikan.

Selanjutnya, faktor lain yang mendukung keberhasilan program adalah sikap dan motivasi peserta yang positif terhadap program (Afiatin *et al.*, 2013). Meskipun di awal pelatihan antusiasme partisipan selama mengikuti pelatihan tidak terlalu bersemangat, namun karena fasilitator selalu mendorong dan memberikan semangat serta sesekali memberikan lelucon maka akhirnya peserta bisa mengikuti semua sesi dengan baik. Hal ini ditunjukkan dengan keterlibatan dalam semua sesi dengan memberikan pertanyaan, memberikan pendapat dalam diskusi dan merespon instruksi tugas yang diberikan. Partisipan yang mengalami penurunan skor terlibat saat fasilitator menunjuk untuk mengemukakan pendapat dan aktif pada beberapa sesi. Peserta menuliskan refleksi dari pengetahuan dan pengalaman yang telah diperoleh selama proses pelatihan. Peserta menyadari bahwa pendidikan seksual tidak sebatas berbicara tentang hal pornografi dan pornoaksi, namun pendidikan seks membuat mereka mengenal apa yang terjadi di masa puber dan apa yang sebaiknya mereka lakukan ketika sudah ada di masa ini. Peserta juga mengetahui jika memiliki ketertarikan pada lawan jenis merupakan hal yang wajar, namun harus disertai dengan tanggung jawab untuk mengendalikan diri dan bisa terbuka dengan orangtua mereka.

Fasilitator merupakan bagian penting dalam proses pelatihan karena aktivitas pelatihan tidak dapat dilaksanakan oleh orang yang tidak

memiliki kemampuan. Burke dan Hutchins, (2007) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pelatih dengan demografi yang meliputi tingkat pekerjaan, latar belakang pendidikan dan sertifikasi profesional. Pada pelatihan ini fasilitator merupakan orang yang memiliki pengalaman bekerja sebagai psikolog mahasiswa dan psikolog sekolah sejak tahun 2014 hingga sekarang. Selama pelatihan, fasilitator juga aktif mendorong peserta terlibat dalam proses pelatihan dengan meminta peserta untuk bertanya dan mengemukakan pendapat.

Kesimpulan

Modul psikoedukasi “Remaja MUDA” dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman seksual remaja dan meningkatkan asertivitas anti-seks pranikah karena telah teruji validitas isi dan empirisnya. Beberapa hal yang terkait dengan efektivitas modul adalah metode penyampaian yang variatif dan fasilitator yang membawakan modul.

Berdasarkan kesimpulan tersebut maka bagi orangtua partisipan, modul” Remaja MUDA dapat dipertimbangkan sebagai salah satu metode alternatif untuk menghadirkan pendidikan seks di dalam keluarga. Begitu pula dengan pihak sekolah dan praktisi yang bergerak dalam bidang kesehatan dan pengembangan remaja.

Saran

Program psikoedukasi “Remaja MUDA” dapat dipertimbangkan sebagai metode alternatif yang dapat dimasukkan dalam kurikulum guna meningkatkan pemahaman dan tanggung jawab remaja terhadap kehidupan seksual sebagai upaya preventif agar remaja mengetahui dan mengenal dampak dari kehidupan seksual yang tidak bertanggung jawab.

Bagi peneliti yang melakukan penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan melakukan *follow up* sehingga memungkinkan peneliti untuk menunjukkan efek jangka panjang dari program "Remaja MUDA".

Kepustakaan

- Afiatin, T., Sonjaya, J. ., & Pertiwi, Y. . (2013). *Mudah dan sukses menyelenggarakan pelatihan, melejitkan potensi diri*. Yogyakarta: Kanisius.
- Agbakwuru, C., & Stella, U. (2012). Effect of assertiveness training on resilience among early-adolescents. *European Scientific Journal*, 8(10), 69–84. doi: [10.19044/esj.2012.v8n10p%25p](https://doi.org/10.19044/esj.2012.v8n10p%25p)
- Ahmad, J., Amat, M. A. C., Yahaya, S. N., Yusof, R., & Alias, S. R. (2011). The construction, validity, reliability and effectiveness of drug rehabilitation module on self- concept of female addicts and motivation achievement of male addicts in Malaysia. *International Journal of Humanities and Social Science*, 1(10), 217–228.
- Aiken, R. L. (1985). Three coefficients for analyzing the reliability and validity of ratings. *Educational and Psychological Measurement*, 45(1), 131-142. doi: [10.1177%2F0013164485451012](https://doi.org/10.1177%2F0013164485451012)
- Alberti, R. E. ., & Emmons, M. L. (2008). *Your perfect right: A guide to assertive living* (Edisi kesembilan). Atascadero, CA: Impact Publishers, Inc.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Bloom, L. Z. (1985). *The new assertive woman*. New York: Dell Publishing Co, Inc.
- Burke, L. A., & Hutchins, H. M. (2007). Training transfer: An integrative literature review. *Human Resource Development Review*, 6(3), 263–296. doi: [10.1177/1534484307303035](https://doi.org/10.1177/1534484307303035)
- Burley-Allen, M. (1983). *Managing assertively: How to improve your people skill*. New York: John Wiley and Sons, Inc.
- Christoff, K., & Kelly, J. (1985). A behavioral approach to social skills training with psychiatric patients. In L. L'Abate & M.Milan (Eds.), *Handbook of Social Skills Training and Research*. New York: Wiley.
- Eliana, R., & Zuki, A. (2014). Development of integrated holistic teaching guide module for technical and vocational education teacher trainees. *Journal of Education and Practice*, 5(8), 58–68.
- Feist, J. & Feist, G. J. (2007). *Theories of personality* (Edisi ketujuh). New York: McGraw-Hill.
- Field, A. (2005). *Discovering statistics using SPSS* (Edisi kedua). London: Sage Publications.
- Ghani, S. A., Abdullah, S., Akil, S. M. S., & Nordin, N. (2014). Moral values and coping strategies among female adolescents involved in premarital sex. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 114, 617–621. doi: [10.1016/j.sbspro.2013.12.756](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.756)
- Goldman, J. D. G. (2003). Sexuality education for children and pre-schoolers in the information age. *Children Australia*, 28(1), 17–23.
- Goldman, J. D. G., & Collier-harris, C. A. (2012). School-based reproductive health and safety education for students aged 12 – 15 years in UNESCO ' s (2009) International Technical Guidance. *Cambridge Journal of Education*, 42(4), 37–41. doi: [10.1080/0305764X.2012.733343](https://doi.org/10.1080/0305764X.2012.733343)
- Gunarsa, S. (2004). *Psikologi perkembangan*

- anak dan remaja. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Haberland, N., & Rogow, D. (2015). Sexuality education: emerging trends in evidence and practice. *Journal of Adolescent Health*, 56(1), 15–21. doi: [10.1016/j.jadohealth.2014.08.013](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2014.08.013)
- Hijrianti, U. R. (2016). *Validasi modul pelatihan asertivitas anti-bullying (PEDULI)* (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Information and Education Council of the United States (SIECUS). (2004). *Guidelines for comprehensive sexuality education: Kindergarten-12th grade*. Diakses melalui <http://siecus.org/data/global/images/guidelines.pdf>
- Jalal, F. (2014). Paparan Kepala BKKBN-Kuliah Umum Universitas Udayana 13 Mei 2014.
- Kaltiala-Heino, R., Savioja, H., Fröjd, S., & Marttunen, M. (2018). Experiences of sexual harassment are associated with the sexual behavior of 14 to 18-year-old adolescents. *Child Abuse and Neglect*, 77(December 2017), 46–57. doi: [10.1016/j.chiabu.2017.12.014](https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.12.014)
- Kementerian Kesehatan. (2014). *Situasi kesehatan reproduksi remaja*. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan.
- Kirby, D., Laris, B. A., & Rolleri, L. (2006). *Sex and HIV education programs for youth: Their impact and important characteristics*. Diakses melalui <http://recapp.etr.org/recapp/documents/programs/SexHIVedProgs.pdf>
- Kirby, D., Laris, B. A., & Rolleri, L. (2007). Sex and HIV education programs: their impact on sexual behaviors of young people throughout the world. *Journal of Adolescent Health*, 40(3), 206–217. doi: [10.1016/j.jadohealth.2006.11.143](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2006.11.143)
- Mueller, T. E., Gavin, L. E., & Kulkarni, A. (2008). The association between sex education and youth's engagement in sexual intercourse, age at first intercourse, and birth control use at first sex. *Journal of Adolescent Health*, 42(1), 89–96. doi: [10.1016/j.jadohealth.2007.08.002](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.08.002)
- Rathus, S. A., & Nevid, J. S. (2010). *Psychology and the challenges of life: Adjustment and growth*. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Shadis, W.R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi experimental design for generalized causal inference*. New York: Houghton Mifflin Company.
- The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization UNESCO. (2009). *International guidelines on sexuality education: An evidence informed approach to effective sex, relationships and HIV/STI education*. Diakses melalui <https://www.refworld.org/docid/4a69b8902.html>
- The United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). (2018). *International technical guidance on sexuality education*. Diakses melalui <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.0529-04.2004>
- Townend, A. (1991). *Developing assertiveness*. London: Routledge.
- Townend, A. (2007). *Assertiveness and diversity*. New York: Palgrave Macmillan.
- Vatankhah, H., Daryabari, D., Ghadami, V., & Naderifar, N. (2013). The effectiveness of communication skills training on self-concept, self-esteem and assertiveness of female students in guidance school in Rasht. *Procedia: Social and Behavioral Sciences*, 84, 885–889. doi: [10.1016/j.sbspro.2013.06.667](https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.667)
- Wijayanti, S. (2013). *Guru sebagai mediator sosialisasi kesehatan reproduksi pada*

siswa SLTP (Tesis tidak dipublikasikan). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

World Health Organization (WHO). (2014). *Adolescence: Building solid foundations for lifelong flourishing*. Copenhagen: WHO.